徳島新聞　平成２７年２月２８日（土）

抗がん剤の影響で口に潰瘍

清潔心掛け症状軽減

うがい、水分補給で保湿

徳島大学病院
口腔管理センター特任助教
山村　佳子

がん何でもQ&A

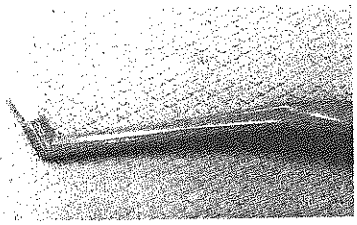
質問　60歳の女性です。抗がん剤による治療を受けていますが、口の中に発赤や潰瘍ができて、痛みがあり、自分でケアが十分に行えません。どのように行えばよいのか教えてください。

回答　抗がん剤による治療によって悪い細胞だけでなく正常な細胞もダメージを受けるため、口の中の粘膜（舌、歯ぐき、唇や頬の粘膜）に発赤や痛み、潰瘍ができることがあります（口腔粘膜炎）。固形がんに対して抗がん剤を使用した場合は25～55％の確率でできるといわれています。また、唾を作る細胞がダメージを受けた際には、唾の量が減ったり、ねばついたりして、口の中が渇いた状態になります（口腔乾燥）。

抗がん剤による副作用は個人差がありますが、投与後5日目ごろから出現し、10～12日目ごろにピークを迎えます。多剤併用の場合や、投与期間が長い場合などは口の中の症状が出やすくなり、重くなる傾向があります。

このような副作用を予防・軽減させるためには、口の中を清潔に保つことが重要です。体調不良や口の中の痛みにより自分自身でケアが十分に行えずに細菌や汚れが停滞していると、口の中は感染しやすい環境になり、口腔粘膜炎の症状を悪化させることが予想されます。そのため、抗がん剤による治療前から口の中の環境を整えることが非常に大切です。

まず、痛みが強い場合などは、唇や粘膜に保湿剤や局所麻酔薬入りの軟膏を塗ったり、局所麻酔薬入りのうがい薬でうがいしてから、鉛筆を持つように歯ブラシを握って、歯面を1本ずつ丁寧に磨いて汚れを除去します。粘膜に歯ブラシが当たると痛いので、ヘッド部分が小さく、毛先の柔らかいものを使います。歯ブラシで磨きにくい場合には、タフトブラシ＝写真＝の使用をお勧めします。



歯磨剤は必ずしも使う必要はありませんが、使う場合には刺激の少ないものを選びましょう。自分自身でケアが十分にできない場合は虫歯ができやすいため、フッ素が添加されているものがお勧めです。白血球数や血小板数が低下している場合などは、歯ぐきや粘膜から出血させないように、また傷を作らないように注意しましょう。

次に、保湿により口腔粘膜炎の症状を軽減させることができますので、うがいや水分補給などに努めるように心掛けてください。

口腔粘膜炎ができると、口から食事を摂取することが難しくなることがありますが、工夫で改善できることもあります。例えば、塩味や香辛料などによって痛みが増強されることがあるので、刺激物を避け、室温程度に冷まして、小さく柔らかく口当たりをよくしたものを摂取するようにしましょう。また、ばさつきのある食品はとろみをつけるなどすると飲み込みやすく、食べやすくなります。

3月10日午後2～4時に徳島大学病院日亜メディカルホールで「がん患者教室」が開かれます。抗がん剤治療とお口のケアについての講演および実技などを予定しておりますので、お口のケアについて不安やご相談をお持ちの方はぜひご参加ください。歯科医師や歯科衛生士によるブラッシング指導もあります。多数のご参加をお待ちしております。

申し込み、問い合わせは徳島大学病院がん診療連携センター（電088（633）7312）までお願いします。（第4土曜掲載）

◇

がんに関する質問は徳島がん対策センター（電088（633）9438）（平日午前8時半から午後5時まで）にお寄せください。（http://www.tokushima-gantaisaku.jp）でも受け付けます。